

๑๐ อย่าง

๑. อย่าง เห็นแก่ตัว
๒. อย่าง กลัวลำบาก
๓. อย่าง อยากของควา
๔. อย่าง สิวทาเรื่อง
๕. อย่าง เลี้ยงความจริง
๖. อย่าง อิงผู้อื่น
๗. อย่าง ตีนขาวลิ
๘. อย่าง ถืองั่วแก
๙. อย่าง เบ่งกินฟรี
๑๐. อย่าง ทนพ่อแม่

พระมหาโพธิวงศาจารย์ (สุจิ กตสาโร)
วัดพระบาทมิ่งเมืองวรวิหาร จังหวัดแพร่



บาทสรวิเสริญคุณพระรัตนตรัย

ของ

พระมหาโพธิวงศาจารย์ (สุจิ กตสารมทาเถร)

วัดพระบาทมิ่งเมืองวรวิหาร จังหวัดแพร่

ธรรมของเต็กว้ยรุ่น

๑. เมตตา ความปรารถนาให้คนอื่นเป็นสุข
๒. กรุณา คิดจะช่วยให้คนอื่นพ้นทุกข์
๓. มุทิตา ความพลอยยินดีที่ผู้อื่นได้ดี
๔. อุกเบกขา ความวางเฉยเมื่อช่วยเขาไม่ได้
๕. รู้จักการให้อภัยซึ่งกันและกัน

อันสตรี	ไม่มีศีล	ก็สิ้นสวย
บุรุษด้วย	ไม่มีศีล	ก็สิ้นศรี
ข้าราชการ	ไม่มีศีล	ก็สิ้นดี
ภิกษุสามเณร	ศีลไม่มี	ก็สิ้นงามฯ



คำบูชาพระรัตนตรัย

อิมีนา ลักกาเรนะ พุทธัง อะภิปูชะยามิ.

อิมีนา ลักกาเรนะ ธัมมัง อะภิปูชะยามิ.

อิมีนา ลักกาเรนะ สังฆัง อะภิปูชะยามิ.

อะระหัง สัมมาสัมพุทธโธ ภาวะวา, พุทธัง ภาวะวันตัง
อะภิวาเทมิ.

(กราบหนึ่งครั้ง)

สวากขาโต ภาวะวะตา ธัมโม, ธัมมัง นะมัสสามิ.

(กราบหนึ่งครั้ง)

สุปะฏิปันโน ภาวะวะโต สาวะกะสังโฆ, สังฆัง นะมามิ

(กราบหนึ่งครั้ง)

บทสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย

ท่านองสรักัญญะ

บทสรรเสริญพระพุทธรูปคุณ

ตั้งนะโม ๓ จบ

(นำ) อิติปิ โส ภาวะวา (รับพร้อมกัน) อะระหังสัมมา
สัมพุทธโธ วิชาจะระณะสัมปันโน สุคะโต โลกะวิทูอะนุตตะโร

ปวิสะทัมมะสาระถิ สัตถา เทวะมะนุสสานัง พุทโธกะคะวาติฯ

(นำ) องค์ใดพระสัมพุทธ (รับพร้อมกัน) สุวิสุทธิสันดาน

ตัตถมุลเกลศมาร บ มีหม่นมีหมองมัว

หนึ่งในพระทัยท่าน ก็เบิกบานคือดอกบัว

ราศี บ พันพัว สุขคนธำजर

องค์ใดประกอบด้วย พระกรณาดังสาคร

โปรตหมูประชากร มละโสมกันดาร

ชี้ทางบรรเทาทุกข์ และชี้สุขเกษมสานต์

ชี้ทางพระนฤพาน อันพ้นโคกวิโยคภัย

พร้อมเบญจพิธจัก ชูจรัสวิมลใส

เห็นเหตุที่ใกล้ไกล ก็เจนจบประจักษ์จริง

กำจัดน้ำใจหยาบ สันดานบาปแห่งชายหญิง

สัตว์โลกได้พึ่งพิง มละบาปบำเพ็ญบุญ

ข้อฯ ขอประณตน์อม ศิรเกล้าบังคมคุณ

สัมพุทธการุญ ญภาพันธุ์นรินตราฯ

(กราบ)

บทสรรเสริญพระธรรมคุณ

(นำ) ส้าวกขาโต (รับพร้อมกัน) ณะคะวะตา อัมโม
สันทิฏฐโก อะกาลโก เอหิปัสสิโก โอปะนะยโก ปังจิตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหิติ ฯ

(นำ) ธรรมะคือคุณากร (รับพร้อมกัน) ส่วนขอบสาธ
ดุจดวงประทีปชี้ขวาล

แห่งองค์พระศาสดาจารย์ ส่องสัตรัสนันดาน
สว่างกระจ่างใจมล

ธรรมโค่นับโดยมรรคผล เป็นแปดพึงยล
และแก้กับทั้งนฤพาน

สมญาโลกอุดรพิสดาร อันลึกโอฬาร
พิสุทธิพิเศษสุกใส

อีกธรรมต้นทางครรรไล นามขนานขานไข
ปฏิบัติบริยัติเป็นสอง

คือทางดำเนินดุจคลอง ให้สว่างลุปอง
ยังโลกอุดรโดยตรง

ข้าฯ ขอโอนอ่อนอุตมงค์ นบธรรมจางง
ด้วยจิตและกายวาจา ฯ

(กราบ)

บทสรรเสริญพระสังฆคุณ

(นำ) สุปะฏิปันโน (รับพร้อมกัน) ณะคะวะโต สวอะกะสังโฆ
อุปัฏฐปันโน ณะคะวะโต สวอะกะสังโฆ ญาณะปะฏิปันโน
ณะคะวะโต สวอะกะสังโฆ สามิจิปะฏิปันโน ณะคะวะโต
สวอะกะสังโฆ ยะหิทัง จิตตาริ ปุริสะยุคานัญจวะ ปุริสะปุคคะลา
เอสะณะคะวะโต สวอะกะสังโฆ อาหุเนยโย ปาหุเนยโย
ทักขิเนยโย อัญชะลิกะระณียะ อุนุตตะรัง ปุญญักเขตตัง
โลกัสสาติ ฯ

(นำ) สงฆ์ใดสาวกศาสดา (รับพร้อมกัน) รัับปฏิบัติมา
แต่องค์สมเด็จพระโควันต์

เห็นแจ้งจตุสังเสร็จบริร ลุทางที่อัน
ระจับและดับทุกข์ภัย

โดยเสด็จพระพุทธรัสไตร ปัญญาผ่องใส
สะอาดและปราศมัวหมอง

เห็นทางทางข้าศึกปอง บ มีลำพอง
ด้วยกายและวาจาใจ

เป็นเนื่อนาบุญอันไพ	ศาลแด่โลกัย
และเกิดพิบูลย์พูนผล	
สมญาเอารสทศพล	มีคุณอนนต์
อเนกจะนับเหลือตรา	
ข้าฯ ขอนบหมู่พระศรา	พกทรงคุณา
นุคุณประดุจรำพัน	
ด้วยเดชบุญข้าอภิวันท์	พระไตรรัตน์อัน
อุดมดิเรกนิรัตติย	
จงช่วยขจัดไพภัย	อันตรายใดใด
จงดับและกลับเสื่อมสูญ	

(กราบ)

บทสวดชะยะสิทธิคาถา

(นำ) พาหุง (รับพร้อมกัน) สะหัสสะมะภินิมิตะสาวุธันตัง
ครีเมชะลัง อุทิตะโนระสะเสนะมารัง ทานาธิธัมมะวิธินา
ชิตะวา มุนินโท ตันเดชะสา ภาวะะคุ เต ชะยะสิทธิ นิจจิงฯ

(นำ) ปางเมื่อพระองค์ปะระมะพุท (รับพร้อมกัน)
ธะวิสุทธศาสดา

ตรัสรู้อนุตตะระสมา	อิ ณ โพธิบัลลังก์
ขุนมารสหัสสะพหุพา	หิวชาวิชิตขลัง
ขีคีรีเมฆละประทั้ง	คชะเทียมกระเทียมหาญ
แสรังเสกสรวาธุระประดิษฐ์	กละคิดจะรอนราญ
รุมพลพหลพยุหพาน	พระสมุททะนงมา
หวังเพื่อผจญวรมุณิน	ทะสุชินะราชา
พระปราบพลพยุหะมา	ระมะเลื่องมะลายสุญ
ด้วยเดชองค์พระทศพล	สุวิมละไพบุลย์
ทานาธิธรรมะวิธิกุล	ชนะน้อมมนเอดาม
ด้วยเดชะสังจะวะจะนา	และนมาเมืองคสาม
ของจนิกรพละสยาม	ชะยะสิทธิทุกาวาร
ถึงแม้จะมีอวิวิเศษ	พละเดชะเทียมมาร
ขอไทยผจญพิชิตะผลาญ	อริแมนมุนินทรา

(กราบ)

คำอาราธนาศีล

มะยัง กันเต ติสระเณนะ สะหะ ปัญจะ สีลานิ ยาจามะ
ทุติยัมปิ มะยัง กันเต ติสระเณนะ สะหะ ปัญจะ สีลานิ ยาจามะ
ตติยัมปิ มะยัง กันเต ติสระเณนะ สะหะ ปัญจะ สีลานิ ยาจามะ

คำอาราธนาพระปริตร

วิปตติปะฎิพาหายะ	สัพพะสัมปัตตสิททธิยา
สัพพะทุกะยะวินาสายะ	ปะริตตัง พุรุณะ มังคะลัง
วิปตติปะฎิพาหายะ	สัพพะสัมปัตตสิททธิยา
สัพพะกะยะวินาสายะ	ปะริตตัง พุรุณะ มังคะลัง
วิปตติปะฎิพาหายะ	สัพพะสัมปัตตสิททธิยา
สัพพะไรคะวินาสายะ	ปะริตตัง พุรุณะ มังคะลัง

คำอาราธนาธรรม

พรหมะ จะ โลกาธิปะติ สะหัมปะติ
กัตถัญชะลิ อั้นธิวะรัง อะชาจะณะ
สันตติธะ สัตตาปะระจักกะชาติกา
เทเสตุ อัมมัง อะนุกัมปิมัง ปะชังฯ

คำถวายข้าวพระพุทธร

(ตั้ง นะโม ๓ ทน)

อิมัง สูปะพะยัญชนะนะสัมปันนัง สาสิณัง โอะหะนัง อุทะกัง
วะรัง พุทฺธัสสะ ปูเชมิ.

คำถวายสังฆทาน (สามัญ)

(ตั้ง นะโม ๓ ทน)

อิมานิ มะยัง ภันเต, กัตตานิ สะปะริวารานิ ภิกขุสังฆัสสะ,
โอะโณชะยามะ, สาธุ โน ภันเต, ภิกขุสังโฆ อิมานิ กัตตานิ,
สะปะริวารานิ, ปะฏิคคัณหาดุ อัมหากัง, ทิมะรัตตัง, ทิตายะ
สุขายะฯ

คำแปล

ข้าแต่พระสงฆ์ผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลาย ขอน้อมถวาย
กัตตาหาร กับทั้งบริวารเหล่านี้ แต่พระภิกษุสงฆ์ ขอพระภิกษุ
สงฆ์จงรับ กัตตาหาร กับของอันเป็นบริวารทั้งหลายเหล่านี้ ของ
ข้าพเจ้าทั้งหลาย เพื่อประโยชน์ และความสุข แก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย
ตลอดกาลนาน เทอญฯ

คำถวายสังฆทาน (อุทิศให้ผู้ตาย)

(ตั้ง นะโม ๓ ทน)

อิมานิ มะยัง ภันเต, มะตะกะกัตตานิ, สะปะริวารานิ,
ภิกขุสังฆัสสะ, โอะโณชะยามะ, สาธุ โน ภันเต, ภิกขุสังโฆ,

อิมานี, มะตะกะกัตตานี, สะปะริวารานี, ปะภูคคัณหาตุ,
อัมหากัญเจะ, มาตาปิตุอาทินัญเจะ, ญาคะกานัง
กาละกะดานัง, ทิมะรัตตัง, หิตายะ, สุขายะฯ

คำแปล

ข้าแต่พระสงฆ์ผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลาย ขอน้อมถวายมะ
ตะกะกัตตาหาร กับทั้งบริวารเหล่านี้ แก่พระภิกษุสงฆ์ ขอพระ
ภิกษุสงฆ์จงรับ มะตะกะกัตตาหาร กับทั้งบริวารเหล่านี้ ของ
ข้าพเจ้าทั้งหลาย เพื่อประโยชน์ และความสุข แก่ข้าพเจ้าทั้ง
หลายด้วย แก่ญาติของข้าพเจ้าทั้งหลาย มีมารดาบิดา เป็นต้น
ผู้ล่วงลับไปแล้วด้วย สิ้นกาลนาน เทอญ.

จำแนกเมตตา

สัพเพ สัตตา สุกิดา โทณตุ

สัพเพ สัตตา อะเวรา โทณตุ

สัพเพ สัตตา อัปปิฆณา โทณตุ

สัพเพ สัตตา อะนีฆา โทณตุ

สุจี อัตตานัง ปะริหะรันตุ

สัตว์ทั้งหลาย, ที่เป็นเพื่อนทุกข์, เกิด แก่ เจ็บ, ตาย,
ด้วยกันหมดทั้งสิ้น

จงเป็นสุข เป็นสุขเกิด อย่าได้มีเวรแก่กันและกันเลย

จงเป็นสุข จงเป็นสุขเกิด อย่าได้เบียดเบียนซึ่งกันและกันเลย

จงเป็นสุข จงเป็นสุขเกิด อย่าได้มีความทุกข์กาย ทุกข์ใจเลย

จงมีความสุขกาย สุขใจ รักษาตนให้พ้นจากทุกข์ภัยทั้งสิ้นเกิด.

บทสวดอานิสงส์แผ่เมตตา ๑๑ ประการ

๑. สุขัง สุขะติ นอนหลับเป็นสุข ไม่กลิ้งเกลือกไปมา
ไม่กรน ไม่หายใจดัง.
๒. สุขัง ปะฏิปุชชะติ ตื่นเป็นสุข ตื่นแล้วไม่อดนอน
หายใจใหญ่ มีหน้าตาชื่นบาน.
๓. นะ ปาปะกัง สุขินัง ปัสสะติ ไม่ฝันเห็นนิมิตอัน
เลวร้าย ไม่ฝันตกลงไปในเหว.
๔. มะนุสสานัง ปิโย โหติ เป็นที่รักของคนทั้งหลาย
เหมือนมีไข่มุกติดหน้าอก.
๕. อะมะนุสสานัง ปิโย โหติ เป็นที่รักของพวกอมนุษย์
เทวดา และภูติผีปีศาจทั้งหลาย.
๖. เทวะตา รักขันติ หมู่เทพเจ้าเหล่าเทวดาย่อมเฝ้า
รักษา เหมือนมารดารักษานุตร.

๗. นาสสะ อัคคิ วา วิลัง วา สัตถัง วา กะมะติ
ไฟไม่ไหม้ ยาพิษไม่กำซาบ ศาตราวุธไม่บาด.
๘. ตูระกัฏัง จิตตัง สะมาธิยะติ เมื่อเจริญพระกัมมัฏฐาน
จิตเป็นสมาธิได้เร็วถ้วน.
๙. มุขะวัณโณ วิปะสัเทติ ผิวหน้าผ่องใส เหมือน
ลูกตาลสุกหล่นจากข้าวใหม่ๆ.
๑๐. อะสัมมุพโห กาลัง กะโรติ ไม่หลงทำกาลกิริยา
ไม่หลงตาย.
๑๑. อุตตะรัง อัปปะฏิวัชณันโต พรหมะโลกุปะโค โหติ
เมื่อไม่บรรลูลอกุตตรธรรม เบื้องสูงขึ้นไป ตายแล้ว
ย่อมไปเกิดในพรหมโลก.

คำกล่าวไพเราะ

(หัวหน้านำ) ปาเจราจริยา โหนติ คุณุตตะรานุสาสะกา
(รับพร้อมกัน) ข้าขอประณตน์อมสัการ
บูรพคณาจารย์ ผู้กอปรประโยชน์ศึกษา
ทั้งท่านผู้ประสาทวิชา อบรมจริยา
แก่ข้าในกาลปัจจุบัน
ข้าขอเคารพอภิวันท์ ระลึกคุณอนันต์
ด้วยใจนิยมนุชา

ขอเดชกตเวทิตา อภิวิริยะพา
ปัญญาให้เกิดแตกฉาน
ศึกษาสำเร็จทุกประการ อายุยืนนาน
อยู่ในศีลธรรมอันดี
ให้ได้เป็นเกียรติเป็นศรี ประโยชน์ทวี
แก่ชาติและประเทศไทยเทอญ
(หัวหน้ากล่าว) ปัญญาวุฒิ กรเทเตเต ทินโนวาเท นมามิหัง

คำแสดงตนเป็นพุทธมามกะ

นโม ตสส ภควโต อรหโต สมมาสมพุทฺธสฺส (๓ ทน)
ข้าพเจ้าขอนอบน้อมแด่พระผู้มีพระภาคอรหันตสัมมา
สัมพุทธเจ้าพระองค์นั้น (๓ ทน)
เอสาห์ ภนฺเต สุจิรปรินิพฺพุตมปิ ตํ ภควนฺตํ สรณํ คจฺฉามิ
ธมฺมญฺจ สงฺกมฺมญฺจ พุทฺธมามโกติ มํ สงฺโฆ ธาเรตุ
ข้าแต่พระสงฆ์ผู้เจริญ ข้าพเจ้าถึงพระผู้มีพระภาคเจ้าองค์นั้น
แม้ปริณิพพานไปนานแล้ว ทั้งพระธรรม และพระสงฆ์ เป็นสรณะ
ที่พึ่งที่ระลึก ขอพระสงฆ์จงจำข้าพเจ้าว่าเป็นพุทธมามกะเกิด
(ถ้าว่าพร้อมกันหลายคน คำ เอสาห์ ขายให้ว่า เอเต มยฺ
หญฺญิให้ว่า เอตา มยฺ คำ คจฺฉามิ ให้ว่า คจฺฉาม คำ พุทฺธมาม
โกติ ให้ว่า พุทฺธมามกาติ คำ มํ ให้ว่า โน)

เพลงชาติ

ประเทศไทยรวมเลือดเนื้อชาติเชื้อไทย
เป็นประชารัฐ ไผ่ของไทยทุกส่วน
อยู่ดำรงคงไว้ได้ทั้งมวล
ด้วยไทยล้วนหมาย รักสามัคคี
ไทยนี้รักสงบ แต่ถึงรบไม่ขลาด
เอกราชจะไม่ให้ใครข่มขี่
สละเลือดทุกหยาดเป็นชาติพลี
เถลิงประเทศชาติไทยทวีมีชัย ชโย...

เพลงสรรเสริญพระบารมี

(นำ) ข้าพระพุทธเจ้า
(รับพร้อมกัน) เอมโนและศิรการ
นบพระภูมิบาล บุญญติเรก
เอกบรมจักริน พระสยามมินทร์
พระยศยิ่งยง เยืนศรเพราะพระบริบาล
ผลพระคุณ ฐ รักษา ปวงประชาเป็นสุขสานต์
ขอบันดาล ฐ ประสงค์ใด จงสฤษฏ์ดัง
หวังวรหฤทัย ดุจถวายชัย ชโย...

เพลงสดุดีมหาราชา

ถวายพระพรชัยมงคล
(ชาย) ขอเดชะ องค์พระประมุข ภูมิพลฯ
มิ่งขวัญ ปวงชนประชาชาติไทย
มหाराช ชัตติยะภาวินย
คู่จรมโหรีร่มไทรของปวงประชา
(หญิง) ขอเดชะ องค์สมเด็จพระราชินี
คู่บุญบารมี จักรีเกริกฟ้า
องค์สมเด็จพระเจ้าอยู่หัว มหาราชา
ข้าพระพุทธเจ้า ขอสดุดี
(ชาย) อ้า องค์ พระสยามบรมราชันย์ ขวัญหล้า
(หญิง) เปล่งบุญญา สมสง่า บารมี
(ชาย) ผ่องข้าพระพุทธเจ้า
(หญิง) น้อมเกล้าฯ ขออัญชูลี
(พร้อมกัน) สดุดี มหาราชา สดุดี มหาราชา...

บท เพลงชาติ เพลงสรรเสริญพระบารมี เพลงสดุดีมหาราชา ประกอบใน
พิธีตามพุทธสถานได้

เชณชาวพุทธร่วมใจกันปฏิบัติตามแนวศีล ๕

๑. ไม่มุงร้ายทำลายผู้อื่น
๒. ไม่ทุจจริตฉ้อโกง
๓. ไม่ประพฤติดิฉิดในกาม
๔. ไม่หลอกลวงกล่าวเท็จ
๕. ไม่เกี่ยวข้องสิ่งเสพติดให้โทษ

แม้มีความรู้ตั้ง

สัพพัญญู

धिบัมคณฐ

ท่อนขึ้น

ท้าวแหวนคำเมืองตรู

ตราโลก

ทองบรองรับขึ้น

ท่อนแก้วมศรีฯ

เบญจกัถยาณิ ผู้หญิงงาม ๕ แห่ง

๑. ผิวงาม
๒. เนืองาม (ริมฝีปากแดง)
๓. กระดูงาม (เขี้ยวฟัน)
๔. วัยงาม
๕. มารยาทงาม

ลักษณะผู้ชาย

๑. พ่อผู้ชาย
๒. พ่อผู้แช่
๓. พ่อผู้ยุ่
๔. พ่อผู้เชื่อน
๕. พ่อผู้วอก

ผู้อุปถัมภ์จัดพิมพ์

คณะสงฆ์และคณะกรรมการศรัทธา

วัดพระบาทมิ่งเมืองวรวิหาร